

Kesan Tahap Kebimbangan Sebelum dan Selepas Pertandingan di Kalangan Atlet Tinju SUKMA Johor

Aldellah Ali, Mohad Anizu Mohd Nor
Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia

Abstrak

Kajian ini dijalankan untuk melihat kesan tahap kebimbangan sebelum dan selepas pertandingan di kalangan atlet Tinju Sukma Johor. Ini adalah kajian awal bagi mengkaji tahap kebimbangan dalam sukan yang berpunca daripada pelbagai-bagai sumber atau faktor dan ia bukan sahaja di alami oleh atlet, tetapi juga oleh guru sukan, jurulatih, ibubapa dan penonton atau orang ramai. Objektif utama kajian ini adalah untuk mengetahui kesan tahap kebimbangan atlet Tinju Sukma Johor sebelum hari perlawanan. Kepentingan kajian ini adalah untuk atlet tinju sendiri disamping boleh menjadi bahan rujukan kepada Persatuan Tinju Johor serta Negeri Johor. Tiga komponen set soal selidik telah digunakan dalam kajian ini iaitu Soal Selidik SCAT (Sport Anxiety Test), Soal-Selidik STAI (State Trait Anxiety Inventory) dan Soal-Selidik CSAI-2 (Competitive State Anxiety Inventory-2). Seramai 9 orang atlet telah dipilih sebagai subjek dalam kajian ini. Umur atlet yang telah dipilih sebagai subjek adalah dalam lingkungan 18 - 20 tahun. Subjek diberikan 3 set soal selidik Soal Selidik SCAT (Sport Anxiety Test), Soal-Selidik STAI (State Trait Anxiety Inventory) dan Soal-Selidik CSAI-2 (Competitive State Anxiety Inventory-2) dan diedarkan sehari sebelum perlawanan dan sehari selepas perlawanan. Ujian kajian telah dijalankan di Stadium Tan Sri Hassan Yunus, Larkin, Johor Bahru, Johor. Jangkaan hasil kajian mendapati tahap kebimbangan sebelum pertandingan boleh mempengaruhi prestasi atlet, namun selepas pertandingan kesan kebimbangan tidak terlalu mempengaruhi prestasi atlet. Dari kajian yang dilakukan pengalaman merupakan faktor utama untuk atlet mengawal tahap kebimbangan. Semakin banyak pertandingan yang disertai oleh atlet semakin banyak kesilapan yang dilakukan semakin banyak kemahiran yang akan atlet perolehi sekaligus, ia akan membantu dan memudahkan atlet mengawal tahap kebimbangan sebelum waktu pertandingan.